

# Medi-Cal이 처음이신가요?

이 프로그램의 보장 범위는 여러분이 생각하시는 것보다 넓습니다.



## 메디칼이란 무엇입니까?

Medi-Cal은 주정부에서 후원하는 건강보험으로, 이민상태와 관계없이 여러 일반적인 건강문제에 대한 무료 케어 서비스를 제공합니다. 의사에게서 받는 신체적인 의료 서비스 외에도 Medi-Cal을 통해 정신 건강 지원, 안과, 치과 케어 서비스도 받을 수 있습니다. 또한 예약 장소를 오가는 무료 교통편을 이용하거나 건강을 개선하는 방법을 이해할 수 있도록 커뮤니티 건강 복지 사나 프로모터 등 커뮤니티의 일원으로부터 도움을 받을 수 있습니다.

## Medi-Cal을 통해 보장되는 서비스



### 정신 건강

무료 정신 건강 서비스에는 치료사 또는 대화할 훈련을 받은 사람, 약물 치료 또는 지원 그룹이 포함될 수 있습니다.



### 문제

때로는 필요한 것을 얻는 데 문제가 있을 수도 있습니다. 이런 일이 일어날 때, 당신을 도와줄 사람들이 있습니다.



### 치과 케어

Medi-Cal은 귀하의 치아를 검사하고, 청소하고, 필요할 수 있는 기타 서비스를 수행하는 치과 의사 비용을 지불합니다.



### 교통편

약속 장소까지 이동하는 데 도움이 필요한 경우 Medi-Cal이 비용을 지불합니다.



### 건강 관리 지원

모든 약속을 관리하고 자신을 돌보는 방법을 이해하는 것은 어려울 수 있습니다. Medi-Cal에는 무료 도움을 드릴 수 있는 사람들이 있습니다.

## 여러분의 건강 플랜

건강 플랜으로 불리는 회사 또는 조직인 Medi-Cal은 여러분이 원하는 모든 것을 얻을 수 있도록 하는 데 책임을 집니다. 건강 플랜의 몇 가지 일반적인 이름으로는 Contra Costa Health Plan, Alameda Alliance, LA Care, Partnership, CalViva, Health Net, Anthem, Kaiser 및 CalOptima가 있습니다. 다른 플랜들도 있습니다.

Medi-Cal 카드에 여러분의 플랜이 어떤 건강 플랜이고 어떻게 연락해야 하는지 나와 있습니다. 카드가 없거나 이 정보를 확인할 수 없다면 (800) 541-5555번으로 연락해 도움을 요청하세요.



## 정신 건강

정신 건강은 전반적인 웰빙에 있어 신체 건강만큼 중요합니다. 많은 사람들은 슬픔과 불안 등의 감정을 파악하고 처리하는데 도움이 필요합니다. Medi-Cal에서 이러한 도움을 드릴 수 있습니다. 무료 정신 건강 서비스에는 심리 치료사 또는 훈련을 받은 사람과의 상담, 약물 또는 서포트 그룹이 포함될 수 있습니다.

정신 건강 서비스가 필요하다면 여러분에게 맞는 케어 서비스를 찾을 수 있는 여러 가지 방법이 있습니다.

1. 주치의 또는 클리닉과 본인의 감정에 대해 상담하고 정신 건강 지원을 원한다는 점을 알립니다.
2. 주치의 또는 클리닉과 본인의 감정에 대해 상담하고 정신 건강 지원을 원한다는 점을 알립니다.
3. 건강 플랜의 웹사이트에서 이용할 수 있는 정신 건강 전문가를 검색하고 예약을 진행합니다.

유의사항: 정신 건강 케어 서비스를 받을 때는 통역사 서비스를 받을 권리가 있습니다. 예약을 진행할 때 통역사를 요청할 수 있습니다. 또한 기밀 유지에 대한 권리도 있습니다. Medi-Cal에서는 가족 또는 고용주에게 여러분이 정신 건강 지원을 받고 있다는 사실을 알리지 않습니다.

## 치과 케어

모든 사람은 1년에 최소 한번 치과 의사 진료를 받아야 합니다. Medi-Cal을 이용하면 연례 서비스가 무료이거나 저렴합니다. 오랫동안 치과 의사 진료를 받지 않았다면 전반적인 건강에 있어 지금 케어 서비스를 받는 것이 중요합니다. 구강 건강은 전신 케어와 연결되어 있습니다. 치아, 잇몸, 구강을 잘 관리하는 것은 머리, 목, 심장, 폐, 기타 장기의 질환과 감염을 막는데 도움이 됩니다.

Medi-Cal에서는 여러분이 필요로 할 수 있는 치과 의사의 치아 진료, 클리닝, 기타 서비스에 대한 비용을 부담합니다. 진료가 무료일 수도 있지만 치과 의사가 도와드립니다. 통역사가 필요하시면 치과에서 통화를 통해서 서비스가 제공됩니다.

치과 진료를 예약하려면 Medi-Cal에 1-800-322-6384번으로 연락해 주세요. 웹사이트(<https://smilecalifornia.org/find-a-dentist/>)에서 주변 치과 의사를 찾아보고 예약을 진행할 수도 있습니다.

## 교통편

여러분이 사는 곳이 어디든 관계없이 의료 제공자 서비스를 받는 것은 어려운 일일 수 있습니다. 예약 장소로 교통편 지원이 필요하다면 Medi-Cal이 비용을 부담합니다. 여러분이 필요로 하는 케어 서비스를 받는 것이 중요합니다.

교통편 지원이 필요하다면 건강 플랜에 연락해 비용 급의 교통편을 요청하세요. 이를 위해서는 제공자의 처방이 필요합니다. 건강 플랜에서는 승용차나 밴을 보내 여러분을 픽업하거나 버스 또는 Lyft/Uber 차량 서비스에 대한 비용을 지급할 수도 있습니다.

## 건강 관리 지원

모든 진료 예약을 관리하고 자기 자신을 돌보는 방법을 이해하는 것은 어려울 수 있습니다. 모든 사람은 어느 정도의 도움이 필요합니다. Medi-Cal에서는 무료로 여러분을 도와드릴 수 있는 사람들이 있습니다. 커뮤니티 건강 복지사나 프로모토라는 여러분과 같은 사람입니다. 여러분의 커뮤니티 일원이며 여러분의 언어를 구사합니다. 그리고 여러분이 최상의 건강 상태를 유지할 수 있게 도울 수 있도록 훈련을 받은 사람들입니다. 커뮤니티 건강 복지사와 프로모토라는 다음과 같이 도움을 줄 수 있습니다.

- 본인의 건강을 돌보고 의학적 상태를 관리할 수 있는 방법을 이해하도록 돕습니다.
- 의료 시스템을 살펴보고 본인의 권리를 옹호할 수 있도록 돕습니다.
- 서비스와 연결되고 커뮤니티에서 지원을 받을 수 있도록 돕습니다.

커뮤니티 건강 복지사 또는 프로모토라의 도움을 받길 원하신다면 의사 또는 클리닉에 문의하세요. 여러분의 커뮤니티, 언어, 문화를 이해하는 사람으로부터 건강에 대한 지원을 받고 싶다는 점을 알려주세요. 건강 플랜에 전화해 커뮤니티 건강 복지사 또는 프로모토라를 요청하세요.

## 문제

Medi-Cal은 방대한 프로그램입니다. 여러분이 원하는 것을 얻을 때 문제가 발생할 수도 있습니다. 문제가 발생한다면 여러분을 도와줄 수 있는 사람들이 있습니다.

먼저 건강 플랜에 연락하세요. 그래도 문제가 해결되지 않는다면 여러분을 도울 무료 프로그램인 Health Consumer Alliance에 888-804-3536번으로 연락하세요.

몇 가지 공통적인 문제에는 다음이 포함됩니다.

- Medi-Cal을 수락하는 제공자를 찾을 수 없습니다
- Medi-Cal이 무료여야 하는데도 서비스에 대한 비용을 지급하라는 요청을 받았습니다
- 예약 장소로 이동할 수 있는 방법을 모르겠습니다
- 통역사가 필요한데 서비스를 받지 못했습니다
- 전문의에 대한 의뢰가 필요합니다
- 원하는 예약을 진행하는 데 너무 오랜 시간이 걸립니다
- 저의 건강을 관리하는 방법을 잘 모르겠습니다

## 경험 나누기



캘리포니아 범민족 건강 네트워크(California Pan-Ethnic Health Network, CPEHN)는 여러분과 다른 사람들을 위해 Medi-Cal을 개선하고자 노력합니다. 여러분의 의견을 들려주세요! 의료 서비스를 받을 때 좋은 경험을 하셨나요? 문제를 겪으셨나요? Medi-Cal을 개선하는데 대한 제안 사항이 있으신가요?

[info@cpehn.org](mailto:info@cpehn.org)로 이메일을 보내주세요.